



応桑小学校
R5. 9. 29

朝夕はだいぶ涼しくなってきました。それでも日中は暑さが厳しい日があります。この時期、体調を崩さないように注意しましょう。

インフルエンザが長野原町管内でも流行ってきています。手洗い、うがいをしっかり行っていきましょう。

10月の保健関係行事

- 毎週（火）衛生検査
- 10月中に視力検査を実施します。
- 第3回メディアコントロール 3～4日
- 身体測定4日（水） 1～3年
6日（金） 4～6年

SC坂井先生
19日に来校します。

10月の保健目標
『目を大切にしよう』



○インフルエンザについて○

☆☆☆インフルエンザの症状☆☆☆

潜伏期間は1～2日です。

インフルエンザ



多くの人にうつる



突然症状が出る



寒気が強い



38℃以上の高い熱が出る



体の痛みが強い

☆☆☆感染の仕方☆☆☆



ウイルスがついた
手で、鼻や口に
さわる



家具やドアに
ついたウイルスが
手につく



ウイルスがついた
手で食べる



感染者の飛沫で
ウイルスが
飛び散る



せき・くしゃみの
飛沫は、
約1～2m飛び

☆☆☆予防について☆☆☆

- 人ごみへの不要な外出はさげましょう。
- うがい・手洗いをまめにしっかり行いましょう。
- 外出するときは、マスクの着用をおすすめします。
- 早寝・早起きで睡眠と栄養を十分にとりましょう。
- 体調がすぐれないときは、無理をして登校せず家で様子を見ましょう。
- 積極的な予防で、インフルエンザの予防接種を受けることもできます。



人ごみにはなるべく
近づかないようにしましょう



朝、おかしいなと思ったら、無理して登校せずに体温を測って様子を見ましょう。

☆☆☆インフルエンザと診断されたら☆☆☆

- インフルエンザと診断されたら、学校に連絡をしてください。
症状等をお聞きしますので、ご協力をお願いします。
- 出席停止となりますので、「インフルエンザの出席停止期間の基準」のとおり、家でゆっくり休養してください。

<インフルエンザの出席停止期間の基準>

「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで。」

- 登校再開にあたっては、医師の指導のもと保護者の方が「インフルエンザにおける療養報告書」を記入し、学校へ提出してください。
尚、この用紙については、学校に持ちに来ていただくか、応桑小学校のホームページからダウンロードができますのでご活用ください。